

Literature Review

Play therapy in perspective theory of eco systemic therapy

Sofwan Adiputra^{1*)}, Mujiyati Mujiyati²⁾

¹² STKIP Muhammadiyah Pringsewu

*) Correspondence regarding this article should be addressed to: Department of Guidance and Counseling, Jl. Makam KH. Ghalib No. 112, Pringsewu Utara, Kec. Pringsewu, Kab. Pringsewu, Lampung 35373, Indonesia; E-mail: sofwan@konselor.org

Article History:

Received: 01/09/2017;
 Revised: 28/10/2017;
 Accepted: 31/10/2017;
 Published: 06/11/2017.

How to cite (APA 6th):

Adiputra, S., & Mujiyati, M. (2017). Play therapy in perspective theory of eco systemic therapy. *Terapeutik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 1(2), 119–124. DOI: <https://doi.org/10.26539/1222>



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. © Adiputra, S., & Mujiyati, M. (2017).

Abstract: Play therapy is a counseling approach for children applying toys, games, and other play media to communicate to the children "language." One of the Play therapy models that combine ecosystems as being formed by an inseparable reciprocal relationship between living things, and their environment is Eco systemic Play Therapy (EPT). Ecosystem Play Therapy as a hybrid model that integrates the concepts of science biology, several models of child psychotherapy, and developmental theories. This model is not eclectic. Rather, it is the integration of several models to create an independent model that is different from the sum of its parts. The focus of EPT is on the process of optimizing the implementation of the child's function as the context of the child's ecosystem or world. EPT is developed from a phenomenological philosophical perspective, in contrast to traditional perspectives.

Key words: Eco systemic play therapy, child, phenomenological

Abstrak: Play therapy adalah sebuah pendekatan konseling untuk anak yang menggunakan mainan, permainan, dan media bermain lainnya untuk berkomunikasi dan menggunakan "bahasa" anak. Salah satu model Play therapy yang menggabungkan Ekosistem sebagai suatu yang terbentuk oleh hubungan timbal balik tak terpisahkan antara makhluk hidup dengan lingkungannya adalah Eco systemic Play Therapy (EPT). Eco systemic Play Therapy sebagai model hybrid yang mengintegrasikan konsep-konsep biologi ilmu pengetahuan, beberapa model psikoterapi anak, dan teori perkembangan. Model ini tidak eklektik. Sebaliknya, itu adalah integrasi beberapa model untuk membuat model berdiri bebas yang berbeda dari jumlah bagian-bagiannya. Fokus EPT adalah pada proses mengoptimalkan pelaksanaan fungsi anak dalam konteks ekosistem atau dunia yang anak. EPT dikembangkan dari perspektif filosofis fenomenologis, sebagai lawan perspektif tradisional.

Kata Kunci: Ecosystemic play therapy, anak, fenomenologi

Pendahuluan

Kondisi sosial dan masyarakat yang semakin beragam, bisa mengakibatkan dampak kurang baik terutama bagi perkembangan anak. Dampak yang bisa muncul diakibatkan karena teknologi tersebut adalah perubahan sikap sosial anak. Anak lazimnya banyak berinteraksi dengan teman-temannya secara langsung, akan tetapi sikap ini akan berubah apabila anak sudah merasa puas dengan dunianya yaitu dunia maya.

Anak bisa saja merasa sangat kehilangan serta kecewa apabila dipisahkan dengan dunia barunya. Dampak nyata yang bisa dilihat, bisa saja anak merasa menjadi rendah diri serta stress, sehingga bisa dikatakan bahwa kondisi kesehatan psikis anak tersebut mengalami gangguan dan memerlukan terapi. Play therapy merupakan salah satu terapi yang bisa digunakan untuk menghadapi permasalahan tersebut.

Play therapy adalah sebuah pendekatan untuk konseling anak-anak dengan menggunakan mainan, permainan, dan media bermain lainnya untuk berkomunikasi kepada konseli dengan menggunakan "bahasa" anak. Anak-anak di bawah usia 12 memiliki kemampuan yang relatif terbatas untuk memverbalikan perasaan dan pikiran mereka, kebanyakan dari mereka tidak memiliki kemampuan untuk datang ke sesi konseling, duduk, dan menggunakan kata-kata untuk memberitahu konselor tentang masalah

mereka. Anak-anak cenderung tidak memiliki keterampilan interaksi melalui konseling verbal. Mereka menggunakan perangkat, seni, cerita, dan alat-alat menyenangkan lainnya untuk berkomunikasi dengan konselor (Kottman, 2011).

Landreth (2001) mendefinisikan Play therapy sebagai hubungan interpersonal yang dinamis antara anak dengan konselor yang terlatih dalam prosedur terapi bermain yang menyediakan materi permainan yang dipilih dan memfasilitasi perkembangan suatu hubungan yang aman bagi anak untuk sepenuhnya mengekspresikan dan eksplorasi dirinya (perasaan, pikiran, pengalaman, dan perilakunya). Hal yang menjadikan bermain berbeda dari perilaku lain antar lain: 1). Ditujukan demi kesenangan sendiri 2). Fokus lebih pada makna daripada hasil akhir 3.) Diarahkan pada eksplorasi subyek untuk melakukan sesuatu pada obyek 4). Tanpa mengharapkan hasil serius 5). Tidak diatur oleh aturan eksternal 6). Adanya keterikatan aktif dari pemainnya.

Play therapy sering didefinisikan sebagai pelaksanaan konseling oleh konselor dengan memanfaatkan media bermain. Hanson (2002) menjelaskan bahwa dalam play therapy, anak-anak dalam situasi yang kompleks datang untuk mengekspresikan dan membuat beberapa rasa pengalaman mereka melalui bermain. Ahli lain, Cattanach (2003) mendefinisikan play therapy adalah suatu cara membantu anak yang mengalami masalah menggunakan permainan sebagai media untuk antara anak dan konselor. Bermain melepaskan ketegangan, memungkinkan anak-anak mengatasi masalah kehidupan. Play therapy memungkinkan anak menyalurkan energi yang berlebih dan melepaskan emosi yang tertahan dan tidak dapat dikeluarkan sebelumnya.

Penerapan Play therapy memiliki banyak model, salah satunya adalah Ecosystemic Play Therapy (EPT). Model Play therapy ini yang mengabungkan Ekosistem sebagai suatu yang terbentuk oleh hubungan timbal balik tak terpisahkan antara makhluk hidup dengan lingkungannya, sehingga membuat EPT mudah untuk di gunakan pada lingkungan sekolah. Model EPT adalah model integratif terapi bermain yang menggabungkan elemen kunci dari analitik (Freud), berpusat pada anak (Axline, Landreth), dan model kognitif perilaku model (Lonergan) bermain terapi, serta unsur-unsur Theraplay (Jernberg) dan terapi realitas (Glasser).

EPT didasarkan pada filsafat humanistik bahwa dampak yang timbul dari perilaku seseorang pada orang lain adalah pertimbangan utama dalam menentukan apakah perilaku tersebut bermasalah. Di dalam EPT perspektif anak dianggap sebagai hasil dari perilaku situasi diluar anak (O'Connor, 2001), sehingga perubahan perilaku pada anak mudah untuk dikenali.

Diskusi

Perkembangan ecosystemic play therapy

EPT dikembangkan oleh Kevin O'Connor, PhD, RPT-S dari California School of Professional Psychology at Alliant International University. O'Connor pertama kali mengemukakan EPT dalam bukunya *The Play Therapy Primer* tahun 1991. O'Connor dan Ammen (1997) telah mendefinisikan Ecosystemic Play Therapy sebagai model hybrid yang mengintegrasikan konsep-konsep biologi ilmu pengetahuan, beberapa model psikoterapi anak, dan teori perkembangan.

Model ini tidak eklektik. Sebaliknya, itu adalah integrasi beberapa model untuk membuat model berdiri bebas yang berbeda dari jumlah bagian-bagiannya. Ini berbeda dari kebanyakan model Play Therapy. Ecosystemic Play Therapy berbeda dari kebanyakan model terapi bermain karena tidak hanya berfokus pada fungsi anak. Fokus EPT adalah pada proses mengoptimalkan pelaksanaan fungsi anak dalam konteks ekosistem atau dunia yang anak.

EPT dikembangkan dari perspektif filosofis fenomenologis, sebagai lawan perspektif tradisional. Dalam perspektif fenomenologis, kebenaran mutlak tidak ada; yang menjadi titik fokus bukan pemahaman kita tentang peristiwa namun hasil dari interaksi antara proses internal dan pengalaman hidup.

Struktur komponen terapi kelompok bermain

Dua struktur komponen dalam terapi kelompok bermain dalam EPT adalah Latihan Penyelesaian Masalah dan pelatihan keterampilan sosial (Meichenbaum, 1977). Asumsi pokok dalam proses latihan penyelesaian masalah dan pelatihan keterampilan sosial melibatkan langkah-langkah dasar dan keterampilan tertentu yang harus dimiliki konselor untuk langsung diajarkan ke anak. Kedua teknik ini bisa digunakan disekolah maupun di tempat konselor.

Anak cenderung lebih banyak belajar dari pengalaman dari pada bahasa. Mereka lebih fokus pada gerak tubuh dan interaksi fisik. (O'Connor, 1999). Komponen struktur terapi kelompok bermain adalah latihan relaksasi dan perencanaan kegiatan yang mencakup kegiatan motorik kasar maupun motorik halus. Konselor bisa menggunakan tari, drama, musik, bela diri, seni, atau berolahraga.

Tujuan dari latihan relaksasi ada dua yaitu agar anak mampu memfokuskan pada fisiknya dan membantu menyesuaikan tingkat gairah belajarnya. Latihan relaksasi lebih efektif jika dilakukan secara berkelompok dalam terapi bermain. Pada umumnya anak-anak di bawah usia sebelas tahun lebih mudah untuk mengkontraksi dan merelaksasi otot-otot, Konselor diharapkan dapat memandu anak dengan menggunakan bimbingan imajinasi.

Tempat belajar yang paling baik dari organisme adalah lingkungannya. Bagi anak-anak lingkungan terbaik mereka yaitu bermain. Dalam bermain anak-anak melakukannya secara sangat terperinci dan terstruktur, namun tidak disadari oleh mereka. Dalam pelaksanaan terapi sangat penting untuk mengetahui perilaku mana yang harus diperkuat, bentuk reinforce, konsekuensi yang harus diterima, jadwal penguatan, dan strategi untuk menghilangkan reinforce (O'Connor, 1999).

Kemampuan anak-anak untuk mempertahankan dan membuat persahabatan akan membantu dalam peningkatan keterampilan sosial dan pemahaman kognitifnya sehingga anak diharapkan dapat mengintegrasikan emosi mereka kedalam permainan (O'Connor, 1999). Proses integrasi bisa dilakukan melalui guided discussions dan aktif menafsirkan pengalaman-pengalaman anak.

Strategi sederhana untuk meningkatkan fokus kelompok pada anak-anak termasuk penggunaan strategi penguatan, interpretasi, dan kegiatan terstruktur. Terapi bermain dengan menggunakan kegiatan terstruktur lebih memfokuskan kepada aspek sosial dari pada pengalaman. (O'Connor, 1999).

Asumsi dasar pada struktur terapi kelompok bermain

Menurut Landreth (2002) melalui bermain seorang anak mampu melepaskan perasaan terpendam akan kecemasan, kekecewaan, ketakutan, agresi, rasa tidak aman, dan kebingungan. Membawa perasaan ini ke permukaan, belajar untuk menguasainya, lalu meninggalkannya. Terapi bermain dapat berfungsi sebagai kata-kata anak-anak dan bermain sebagai bahasa mereka. Terapi bermain berawal dari ajaran Freud tentang analisa psikoanalisis sebagai alat untuk melakukan kegiatan yang berhubungan dengan peningkatan kemampuan untuk berbicara, menimbulkan rasa interest, kemampuan mengungkapkan "perasaan diri".

Fokus terstruktur terapi kelompok bermain adalah pada sosialisasi teman sekelompok, maka setiap anak harus berada pada tingkat perkembangan di mana tujuan tersebut sesuai. Anak-anak di bawah usia perkembangan tidak cocok berada dalam satu jenis kelompok (O'Connor, 1999). Fokus utama mereka adalah pada pengembangan hubungan. Anak-anak antara usia perkembangan tiga dan lima tahun umumnya tidak tepat untuk jenis kelompok. Mereka masih terfokus pada pengembangan hubungan dengan orang dewasa. Model terapi bermain yang disajikan di sini tampaknya paling tepat untuk anak-anak dari usia 5-12.

Perlu dipahami bahwa fokus terstruktur terapi kelompok bermain adalah pada peningkatan keterampilan sosial anak-anak, anggota kelompok seharusnya tidak akan mengalami tingkat psikopatologi begitu kuat sehingga menghalangi kemungkinan mereka berinteraksi secara efektif dengan rekan-rekan mereka. Tiga jenis dari anak-anak tampaknya kurang cocok untuk jenis kelompok: 1) anak-anak yang memiliki masalah yang signifikan dengan pengujian realitas atau keterlambatan perkembangan; 2). anak-anak yang menunjukkan tanda-tanda gangguan karakter, seperti kemampuan untuk menyakiti orang lain tanpa; dan 3). anak-anak yang memiliki pengalaman trauma yang sangat baru, karena mereka sering

membutuhkan tingkat pengasuhan dan dukungan yang sulit untuk seorang konselor bermain untuk memberikan dalam konteks kelompok. (O'Connor, 1999).

EPT juga menyeimbangkan pandangan filosofis dan ilmiah psikopatologi (O'Connor, 2001). Patologi dipandang ada ketika anak-anak tidak mampu untuk mendapatkan kebutuhan mereka. Situasi ini dapat hasil dari salah satu atau kombinasi dari tiga penyebab: 1) faktor individu atau biologis; termasuk genetika, penyakit, dan fungsi neurologis yang menjadi penyebab psikopatologi pada anak-anak. 2) interpersonal, termasuk anak-anak tidak terpenuhi kebutuhan secara efektif 3) faktor lingkungan, yaitu keterbatasan yang timbul akibat lingkungan yang tidak sesuai.

Aturan umum untuk penciptaan sebuah kelompok adalah sebagai berikut: 1) tidak boleh ada lebih dari empat sampai enam anak dalam kelompok yang dijalankan oleh satu orang dewasa dan tidak lebih dari enam sampai sepuluh anak dalam kelompok dengan dua orang dewasa. 2) tidak boleh ada kurang dari usia tiga tahun menyebar di antara anggota kelompok. 3) status sosial ekonomi dan/atau latar belakang etnis anak-anak harus agak mirip. ini mungkin salah satu variabel penting setidaknya kecuali perbedaan antara anak-anak sangat dramatis, dalam hal kelompok dapat menjadi terfokus pada isu-isu ini dan tidak mampu mengatasi konten lain. 4) anak-anak semua harus berada dalam jarak lima belas poin iq dari satu sama lain 5). kemampuan untuk mencampur anak laki-laki dan perempuan dalam suatu kelompok bervariasi dengan usia anak-anak, jenis kelompok, dan tujuan dari intervensi. tidak ada aturan baku, tetapi merupakan dimensi yang harus anda pertimbangkan (O'Connor, 1991).

Peran yang dimiliki oleh terapis terdiri dari dua fungsi utama dalam terapi kelompok bermain terstruktur (O'Connor, 1999), yaitu menciptakan dan mempertahankan struktur permainan yang meliputi 1) semua aspek penciptaan kelompok seperti pemilihan anggota, panjang sesi, dan durasi terapi, 2). pemilihan format dan kegiatan yang sesuai dengan patologi tertentu dan tingkat perkembangan dari anggota kelompok, 3) pengembangan dan pemeliharaan tujuan kelompok dan rencana terapi di sesi kelompok, 4) pemeliharaan struktur dalam setiap sesi kelompok, 5) menjamin kepatuhan dengan aturan dasar tidak menyakiti orang lain, atau properti sehingga keamanan dasar dari anggota kelompok dilindungi.

Fungsi lainnya konselor adalah sebagai monitor dan penafsir proses kelompok. Konselor harus menempatkan kata-kata dari pengalaman individu dan kelompok anak-anak sehingga memudahkan proses pemahaman kognitif mereka. Wawasan ini akan, pada gilirannya, mempercepat laju perubahan bagi anggota dan meningkatkan kemungkinan generalisasi. Sehingga diharapkan sebelum pelaksanaan konseling, konselor dapat menyusun pengukuran kebutuhan (need asesment) yang ditujukan kepada masing-masing siswa. Need assesment merupakan aktivitas mendasar bagi pengembangan program yang akan diberikan kepada siswa (Adiputra, 2015).

Tujuan treatment

Faktor utama yang memberikan kontribusi untuk penyesuaian keberhasilan anak di sekolah adalah pembentukan hubungan terapeutik (Clarson, 1995). Sehingga untuk mencapai keberhasilan tujuan pelaksanaan terapi, hubungan antara konselor dan anak harus baik. Hubungan terjalin secara alami tanpa adanya rekayasa konselor.

Media bias dijadikan salah satu cara membangun hubungan terhadap anak. Schaefer & Kaduson (2006) yang menyatakan bahwa media ini dapat digunakan dalam memfasilitasi perkembangan aspek kognitif dan afektif dalam diri anak-anak. Hal senada juga diungkapkan oleh Menurut Kahn (1996) proses pembentukannya dilakukan dengan menggunakan beberapa tema secara langsung akan memfasilitasi dalam perkembangan kognitif dan afektif anak. Sehingga media bias menjadi treatment yang baik.

Bekerja dengan menggunakan media, menurut Sholt & Gavron (2006) akan dapat memberikan pengalaman terutama pada proses pembentukan sebuah produk. Produk dan proses akan menjadi suatu hal penting yang harus diperhatikan selama terapi, karena melalui kedua hal inilah para peserta didik dapat dengan bebas mengekspresikan diri dan melihat bagaimana perkembangan potensi dirinya dalam menuangkan ide kreatifnya. Hal penting yang harus dicatat dalam hal ini adalah proses pembuatan produk inilah yang memfasilitasi siswa dalam perkembangan kognitif dan afektifnya.

Tujuan EPT berasal langsung dari cara psikopatologi dikonseptualisasikan yaitu untuk membangun atau membangun kembali kemampuan anak-anak secara efektif dan tepat. Tujuan yang sangat saling terkait adalah pembentukan atau penguatan keterikatan anak dengan orang lain yang signifikan dalam lingkungan mereka. Hal ini akan membantu anak menemukan cara untuk mendapatkan kebutuhan nya. Perilaku tidak selalu fokus upaya treatment, sehingga kebanyakan anak-anak mudah untuk bergabung kedalam terapi (O'Connell, 2001).

Simpulan

Ecosystemic Play Therapy sebagai model hybrid yang mengintegrasikan konsep-konsep biologi ilmu pengetahuan, beberapa model psikoterapi anak, dan teori perkembangan. Model ini tidak eklektik. Sebaliknya, itu adalah integrasi beberapa model untuk membuat model berdiri bebas yang berbeda dari jumlah bagian-bagiannya.

Ecosystemic Play Therapy berbeda dari kebanyakan model terapi bermain karena tidak hanya berfokus pada fungsi anak. Fokus EPT adalah pada proses mengoptimalkan pelaksanaan fungsi anak dalam konteks ekosistem atau dunia yang anak. EPT dikembangkan dari perspektif filosofis fenomenologis, sebagai lawan perspektif tradisional. Dalam perspektif fenomenologis, kebenaran mutlak tidak ada; yang menjadi titik fokus bukan pemahaman kita tentang peristiwa namun hasil dari interaksi antara proses internal dan pengalaman hidup. Hal ini lah yang membuat EPT akan lebih mudah dikembangkan disekolah karena permainan dalam EPT berfokus pada pengalaman anak dan bukan media permainannya.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada para mahasiswa Sekolah Pascasarjana program studi Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Indonesia yang telah banyak membantu menyediakan sumber tambahan bagi terselesaikannya penulisan artikel ini.

Daftar Rujukan

- Adiputra, S. (2015, March). Diagnostik Kesulitan Belajar Sebagai Assesment Perencanaan Program Bk di SD. In *Prosiding Seminar Nasional "Optimalisasi Active Learning dan Character Building dalam Meningkatkan Daya Saing Bangsa di Era Masyarakat Ekonomi Asean (MEA)"* (pp. 633-638). Prodi Pendidikan Guru Sekolah Dasar dan Prodi Bimbingan dan Konseling.
- Cattanach, A. (2003). *Introduction to Play Therapy*. New York: Brunner-Routledge.
- Clarson, P. (1995). *The therapeutic relationship*. London: Whurr.
- Hanson, S. (2002). *When All the World was Slime. Dalam Cattanach (Ed), The Story So Far: Play Therapy Narratives* (hlm. 13-34). New York: Jessica Kingsley Publishers.
- Kahn, Joel S. (1996). *Culture, Multiculture, Postculture*. London: Sage Publication.
- Kottman, Terry. (2011). *Play Therapy Basics and beyond*. Alexandria: American Counseling America.
- Landreth, G. (2002). *Play therapy the art of the relationship* (2nd ed.). New York, NY: Routledge.
- Landreth, G. L. (2001). *Innovations In Play Therapy*. Taylor & Francis Group.
- Meichenbaum, D. (1977). *Cognitive behavioral modification: An integrative approach*. New York: Plenum.
- O'Connor, Kevin & Ammen, Sue. (1997). *Play Therapy Treatment Planning and Interventions The Ecosystemic Model and Workbook*. London: Academic Press.
- O'Connor, Kevin. (1991). *The Play Therapy Primer*. New York: John Wiley and son.
- O'Connor, Kevin. (1999). *Child, Protecto, Confidant: Structured Group Ecosystemic Play Therapy. The Handbokk of Group Play Therapy* (Daniel S. Sweanny). San Fransisco: Jossy-Bas Publisher.
- O'Connor, Kevin. (2001). *Ecosystemic Play Therapy. International Journal of Play Therapy*, 10(2), pp. 33-44

Schaefer & Kaduson. (2006). *Contemporary Play Therapy*. New York: Guilford Press.

Sholt & Gavron. (2006) *Theraupetic Qualities of Clay-work in Art therapy and Psychotherapy : A Review*. Amerika: American Art Therapy Association.

Article Information (Supplementary)

The Journal Section:

Innovative Methods

Conflict of Interest Disclosures: The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.

Copyrights Holder: Adiputra, S., & Mujiyati, M.

First Publication Right: TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling

<https://doi.org/10.26539/1222>

Open Access Article | CC-BY Creative Commons Attribution 4.0 International License.

Word Count: 2727

